

Námskeiðslýsing.

Námskeiðið er í **fjórum hlutum**.

Fyrsti og annar hluti er á námskeiðsformi í hóp.

Þriðjudagana 13. og 20. nóvember í VMA, 2 klukkustundir í hvort skipti, kl. 14.00 – 16.00. Þar verður hópur tilvonandi starfsfóstra saman á námskeiði sem kennarar úr VMA sjá um.

Þriðji hlutinn fer fram í lok nóvember þegar kennari úr VMA fylgir nemanda á vinnustað. Kennari, nemandi og fulltrúi vinnustaðar skrifa undir samkomulag um vinnustaðanám nemandans og nemandi er kynntur fyrir starfsfóstra sínum.

Eftir það sitja kennari og starfsfóstri saman í 1/2 – 1 klst og ræða um hlutverk starfsfóstrans gagnvart nemandanum. Sérstök áhersla verður lögð á að ræða þá þætti sem huga þarf að þegar nemandinn byrjar í vinnustaðanáminu.

Fjórdi hlutinn fer svo fram eftir að nemandi hefur byrjað í vinnustaðanáminu. Kennari úr VMA mun heimsækja vinnustaðinn og tilkynnir heimsóknina með fyrirvara. Kennari ræðir við nemandann en líka við forsvarsmenn vinnustaðarins og starfsfóstrann. Í þetta skipti munu kennari og starfsfóstri fara yfir hvaða ferli á að fylgja við að aðstoða nemandann.

Alls eru þetta um það bil 8 klst.

Ef starfsfóstri hefur engann nemanda til að fylgja mun VMA skoða það hvernig hægt er að ljúka tveimur síðari hlutum.

Tveir fyrstu hlutarnir fara fram í rúmgóðri stofu í VMA. Þar er pláss til að raða borðum í hring fyrir sameiginlega fundi og að þátttakendur geti fært sig til og unnið í hópum þegar það á við. Mikill hluti námskeiðsins eru umræður í hópum en sáralítið þarf að skrifa.

Umfjöllunarefni á námskeiðinu eru í fjórum hlutum.

- 1. Hvað er starfsfóstrun? Skilgreiningar, umræður og æfingar.**
- 2. Virk hlustun og spurningar.**
- 3. Að setja sig í spor annarra, viðurkenning, einlægni og að veita endurgjöf.**
- 4. Að stjórna breytingum, að setja markmið sem eru raunhæf, sjálfsmat.**

Sjá næstu síðu með nánari markmiðum.

Nánari markmið með námskeiðinu.

1. Hvað er starfsfóstrun? Skilgreiningar, umræður og æfingar.

Eftir þennan hluta á þátttakandi að vera fær um að:

- Skilgreina fóstrun (mentoring).
- Lýsa því hverjir eru kostir við fóstrun fyrir vinnuveitanda, nema og skólastofnun.
- Bera saman og aðgreina starfsfóstrun frá öðrum þjálfunaraðferðum.
- Benda á ýmsar hindranir í vegi fyrir því að starfsfóstrun gangi vel á vinnustað.
- Vita um og viðurkenna að það eru ýmsar takmarkanir og mörk sem þarf að virða þegar fóstri vinnur með nema.
- Skilgreina þær aðferðir og aðstæður sem eru nauðsynlegar til að starfsfóstrun takist vel.
- Skilja mikilvægi þess að hafa ramma sem fólk er sáttt við utanum starfsfóstrunina.

2. Virk hlustun og spurningar.

Eftir þennan hluta á þátttakandi að vera fær um að:

- Benda á færni sem starfsfóstri þarf.
- Skilja mikilvægi þess að hlusta.
- Viðurkenna mikilvægi sagðra og ósagðra skilaboða.
- Vita um mismunandi gerðir spurninga
- Skilgreina / vita hvað er að umorða.

3. Að setja sig í spor annarra, viðurkenning, einlægni og að veita endurgjöf.

Eftir þennan hluta á þátttakandi að vera fær um að:

- Skilgreina hugtökin samkennd, viðurkenning og einlægni.
- Nota aðferðir við að leysa vandamál, meðal annars þriggja þrepa aðferðina.
- Vita um það sem þarf að glíma við þegar starfsfóstrun er notuð og geta þróað aðferðir við að komast framhjá hindrunum.
- Veita endurgjöf á uppbyggilegan hátt.
- Þroska færni við að ná tökum á því að efla sjálfan sig og meta sjálfan sig.

4. Að stjórna breytingum, að setja markmið sem eru raunhæf, sjálfsmat.

Eftir þennan hluta á þátttakandi að vera fær um að:

- Skilja merkingu markmiða til styttri og lengri tíma og af hverju er nauðsynlegt að setja sér markmið og stefnu þegar fólk er að læra störf.
- Setja sér SMART markmið
- Vera meðvitaður um algeng vandamál og mistök þegar verið er að setja sér markmið.
- Meta markmið og stefnu.
- Skoða hvernig við náum settum markmiðum.
- Æfa sig í að setja markmið.